

テレビ電話でモヤッとカフェ

ビデオ通話で集まる、認知症・介護カフェを

国見ヶ丘地域包括支援センター 阿部 和也

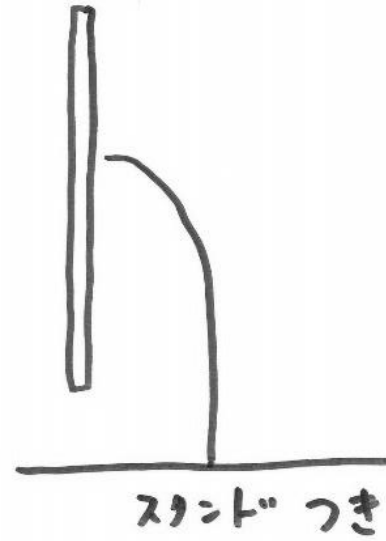
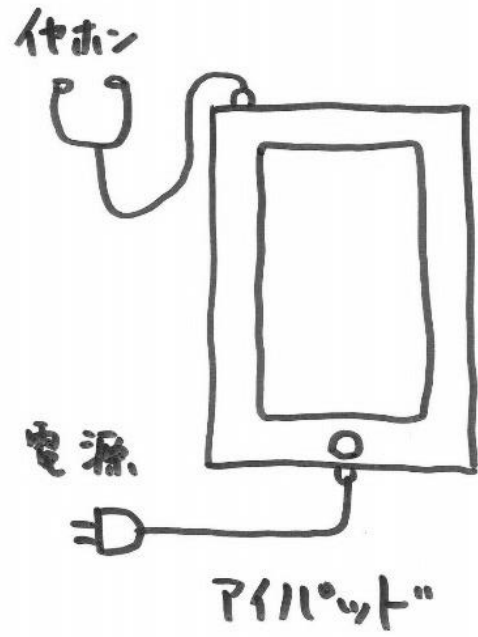
認知症カフェがなくなって、困る人は

- 以前は地区社協・ボラネット・せんだんの杜・包括共催の「午後の音楽カフェ」で、もの忘れの話を聞いたり、おしゃべりしたりする場がありました。
- カフェは施設内で100人規模。コロナ禍で中止したまま。
- カフェがあったらいいのに、という人にむけて、テレビ電話でカフェをやることに。(ZOOMを使いました。)
- 「認知症かなあ、と思うけど、病院ほどじゃない」「家族が認知症で、どうしたらいいかしら」「介護で家を空けられない。外に出られず誰とも話せない」ような人に参加してほしい。
- そんな人に響く「モヤッと」というコトバから命名「モヤッとカフェ」

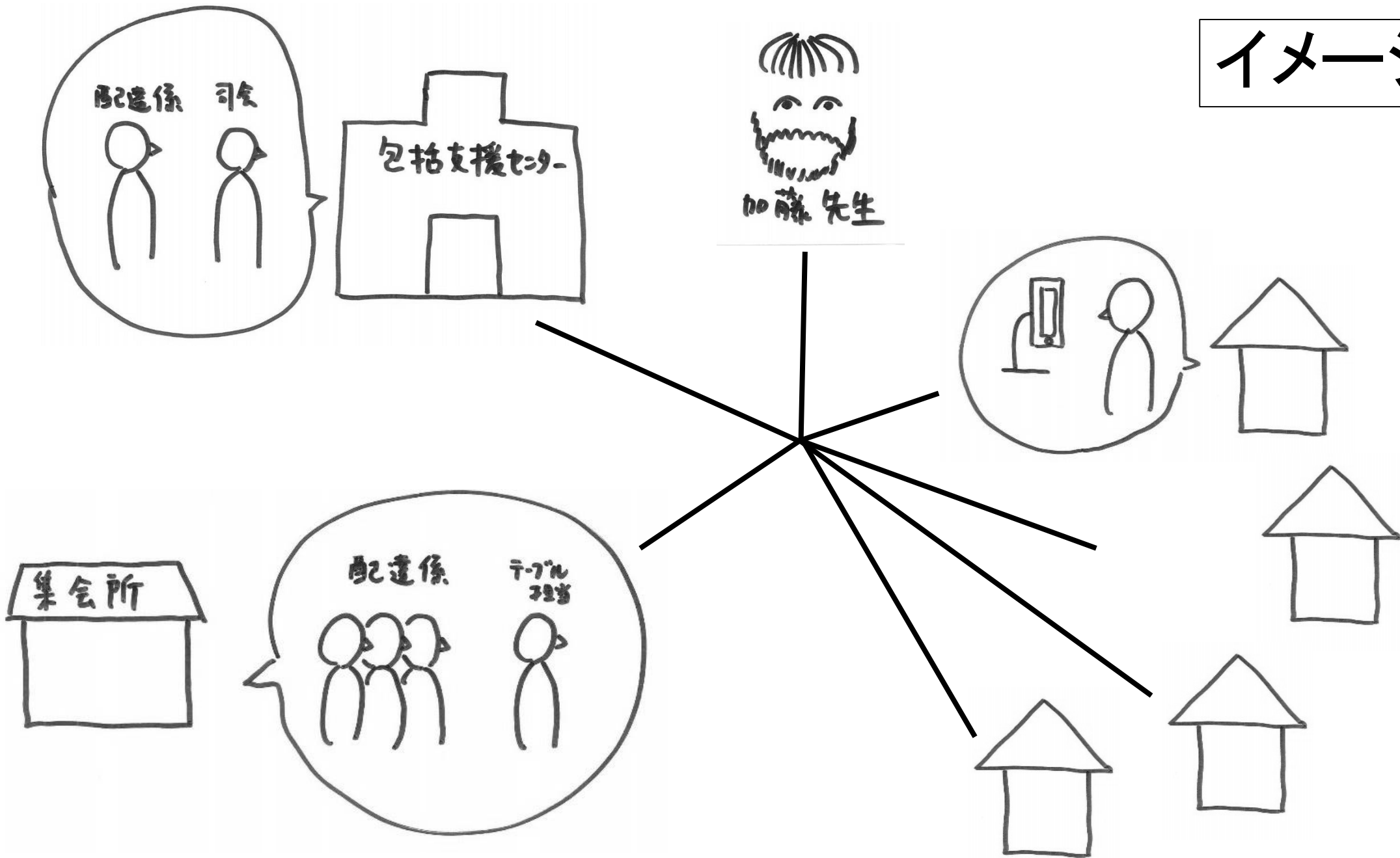
スタッフ

- 配達チーム 地域から3人
包括から1人
- テーブル担当（グループでのフリートークの進行役） 地域から2人
市社協から1人
- 司会 包括1人
- トラブル担当 包括2人
- 講師 認知症介護研究・研修仙台センター 加藤先生

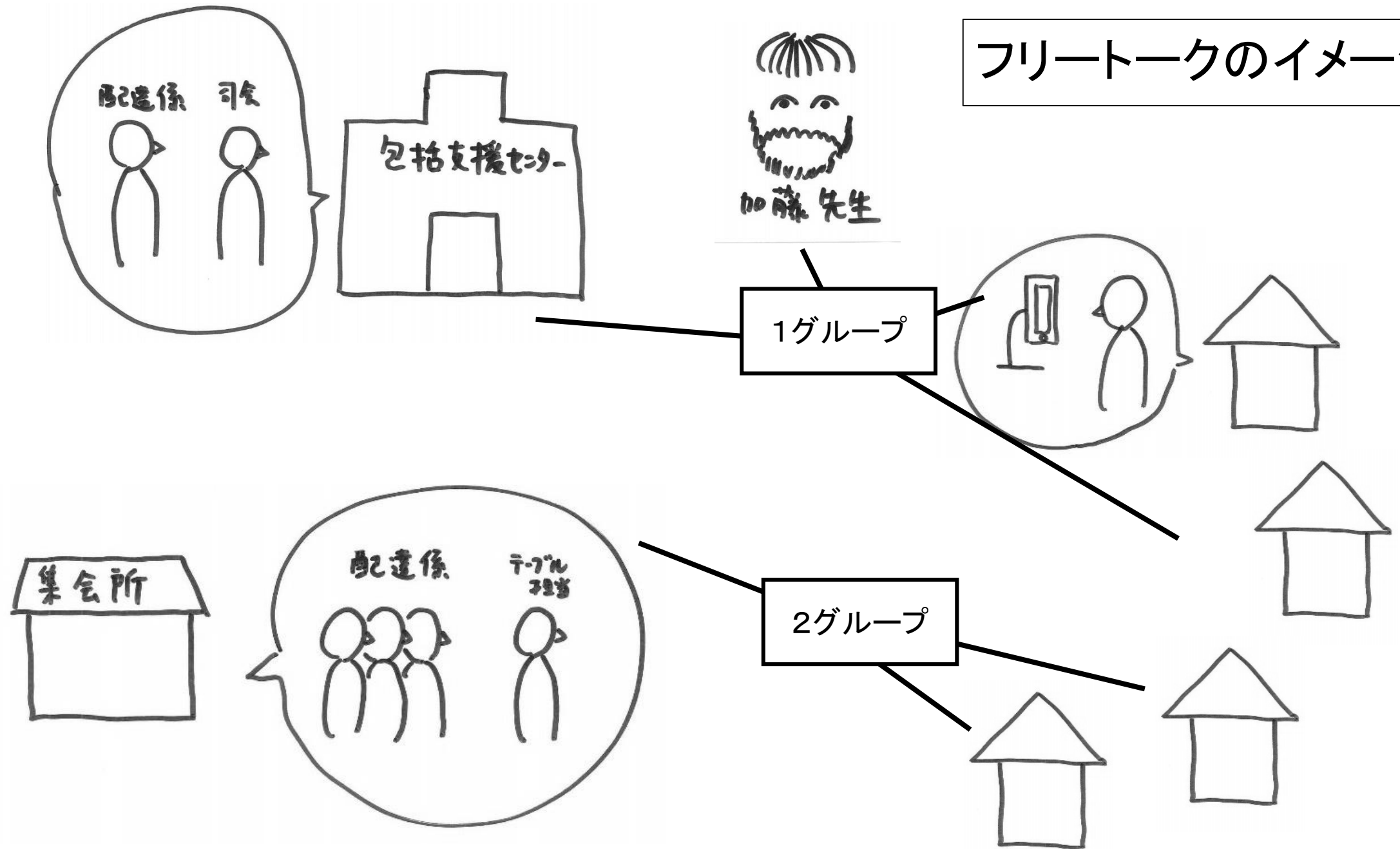
貸し出し用アイパッド



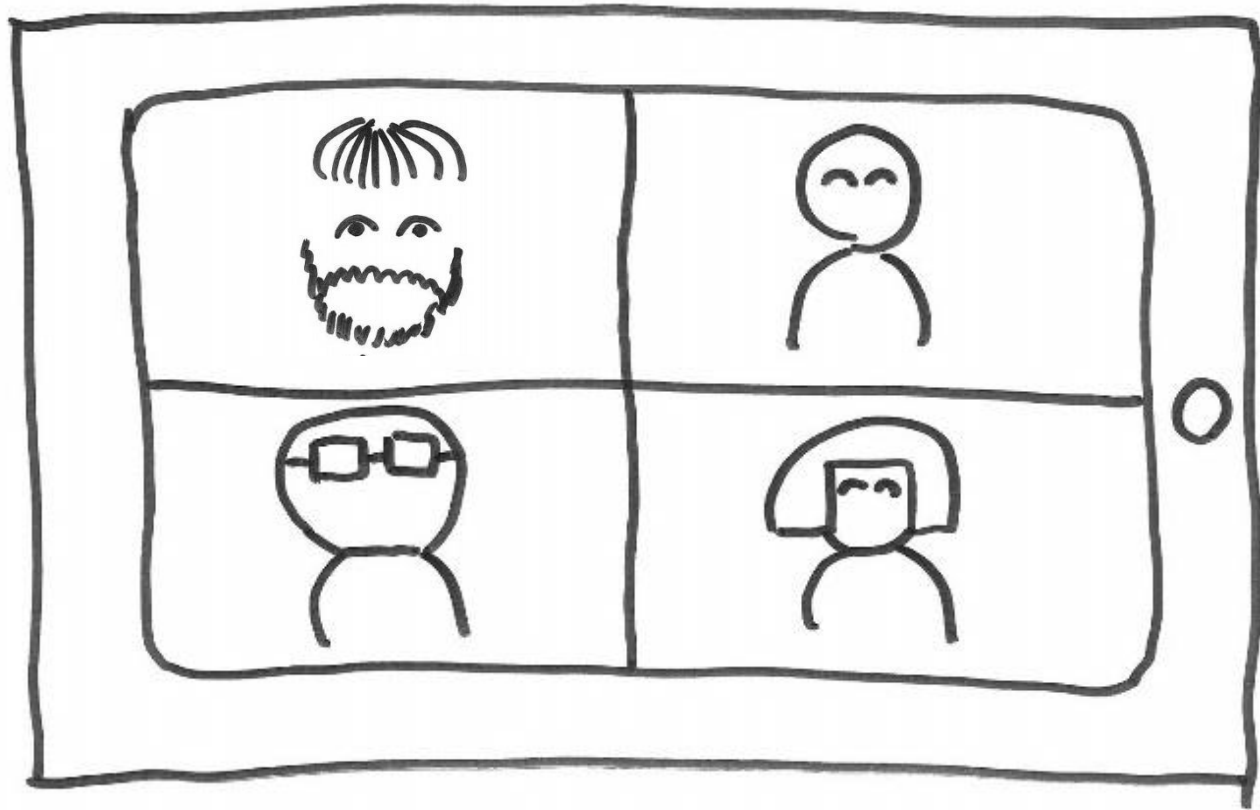
イメージ



フリートークのイメージ



見え方 10人参加



グループ



全員

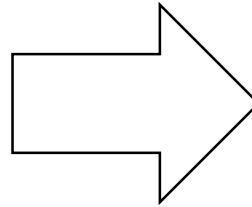
そこまでしなくても、集まればいいでしょ

- 会場まで行けない人・集まりが苦手な人・コロナが心配な人
- 誘っても断られていた人・介護で家を空けられない人
- テレビ電話で参加できました。
- 【感想より】 歩くのが段々遅くて疲れるので助かった。コロナ禍なので、良かった。表情が見えてのお話しはとても良かった。1人暮らしなので、話す機会がないので、どもらないで話せて良かった。1人はいつもさみしいので、辛い。同じ悩みが話せて良かった。聞けて良かった。

機械は分からない、私には無理

- 3ステップでテレビ電話に参加できます。
- 職員が、操作の説明・接続の練習まで(社協スタッフ・参加者を)サポートします。参加者のスマホにアプリ設定なども。
- 【感想より】内容もそうだが、リモートを体験した事がためになった。私は良かったが、画面の操作に戸惑われていた方もいた。

アイパッドの電源 オン

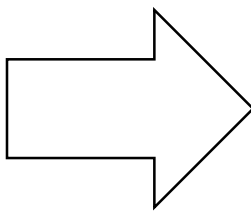


- 右上の赤いシールを

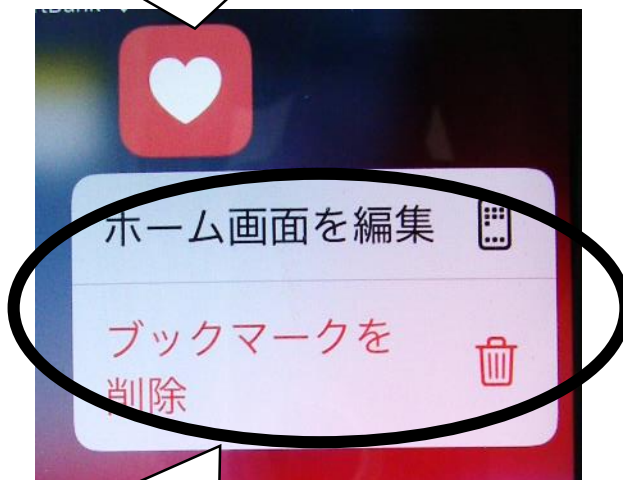
- ぎゅーっと長押しする
- 5秒くらいかかります

- リンゴがでたら手をはなす

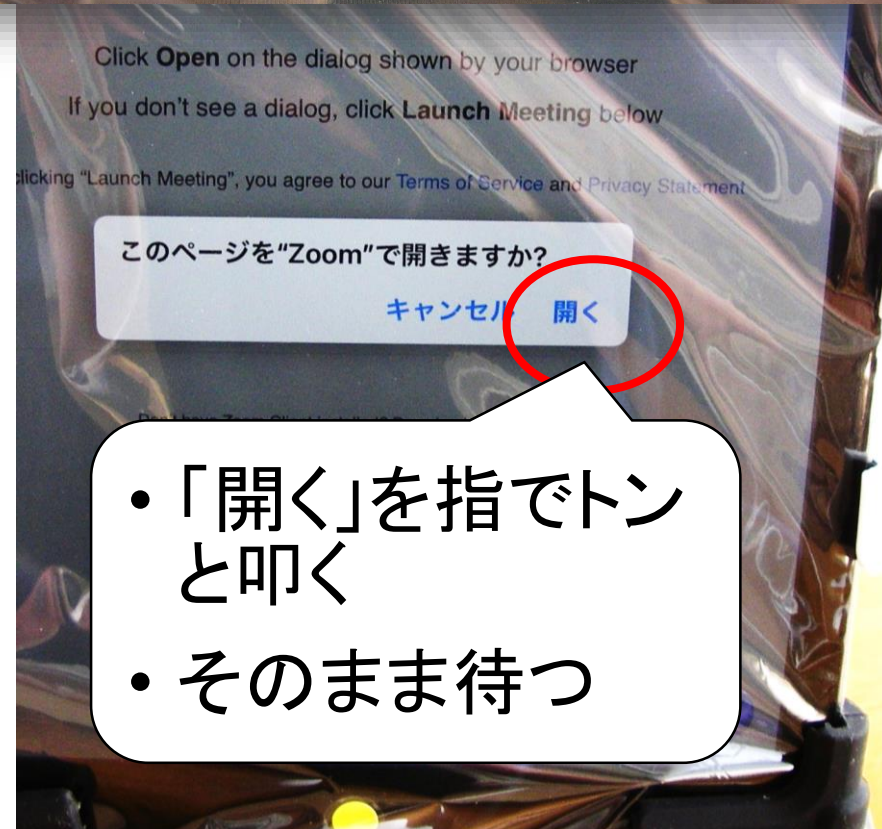
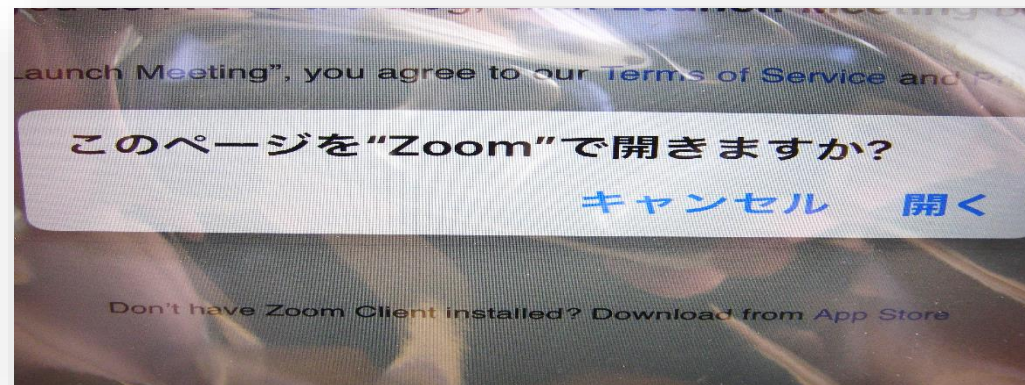
テレビ電話に参加 方法2



こうなっても
もう一度ハート
マークをトン



ここは触らないで



- ・「開く」を指でトンと叩く
- ・そのまま待つ

失敗談

- 見たことない画面。どうしたらいい？なのに包括に電話が通じない！
- 一人画面からいなくなってしまった。どうする？と相談の声がだだもれ
- テーブル担当の声が聞こえない！
- 司会のパソコンが固まった！

• テレビ電話で体操教室

- 自分で操作して参加できるようになりました。
- 週1回体操の自主グループが活動中です。

主催：国見ヶ丘地域包括支援センター
協力：吉成学区連合町内会・吉成学区社会福祉協議会

自宅のテレビで
みんな一緒に

テレビ電話で体操教室

コロナの時代、外出がへり、「疲れやすい」「転びそうになる」ことはないですか？その先は転倒骨折ねたきりかも？

おしゃべりもできず、「むせる」「声がよく出ない」「滑舌が悪い」などが積み重なると、要介護リスクや死亡リスクが2倍になるといいます。

そこで、自宅のテレビで仲間と一緒にできる体操教室はいかがですか？テレビ電話で先生とやりとりします。「スマホやネットとは縁がない」方も大歓迎！気軽にご参加ください。

日 時：令和2年10月 8日(木)、15日(木)
22日(木)、29日(木)
11月 5日(木)、12日(木)
10:00～11:30 全6回コース

場 所：それぞれの自宅
内 容：イスに座っての体操・お口の体操・講話他
講 師：せんだんの丘ぶらす・せんだんの館
参 加 料：無料
対 象 者：概ね65歳以上の方
募集人数：10名を予定しています。

必要な機材を無料
で貸し出し。
操作のお手伝いも
します。

申し込み、問い合わせ

・国見ヶ丘地域包括
支援センター
TEL 303-3805



・テレビ電話で 作って食べる栄養教室

テレビ電話で！！

主催：国見ヶ丘地域包括支援センター

作って食べる栄養教室

「1人で食事をすることが多い」
「栄養バランスって何に気をつけるの？」などと
食事に関する悩みや疑問は様々だと思います。

管理栄養士さんと一緒に「簡単おかず」を作って
みんなで一緒に食べながらお話してみませんか？

コロナ禍ではありますが、
テレビ電話を使って自宅で安全に参加することができます。
気軽にご参加ください！

日時：令和3年6月25日（金）15:30～17:00
内容：「簡単おかず」を作って食べながら栄養についてお話をきく
場所：それぞれの自宅
講師：せんだんの館 管理栄養士 佐藤純子さん
費用：材料費（実費）
対象者：おおむね65歳以上の方
募集人数：6人程度を予定

機材は無料で
貸し出し！
接続のお手伝い
もします！

《申し込み・問い合わせ》
国見ヶ丘地域包括
支援センター
TEL: 303-3805



機器がない。金もない。

- 課題です。
- 助成金をもらって、中古品を買いました。通信料はかかります。
- スマホ「持ってるけど、使えないのよ」という人から広めています。
- 格安スマホに乗り換えて、データ増量、料金が安く。

- 自分が出かけられなくなった時のために。